



Санкт-Петербургский государственный университет
Общеуниверситетская кафедра физической культуры и спорта

Материалы научно-практической конференции

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ»

Москва 2012

УДК 378.096

ББК 74.58

Ф 50

Ф 50 Физическая культура и спорт в системе высшего образования. – М.: Издательство «Перо», 2012. – 429 с.

Под редакцией

Доктора педагогических наук, профессора *Хуббиева Ш.З.*,

Доктора биологических наук, доцента *Барановой Т.И.*,

Кандидата биологических наук, доцента *Минвалеева Р.С.*

В сборнике научно-методических работ представлены материалы участников конференции "Физическая культура и спорт в системе высшего образования" - практические, методические и теоретические разработки по основным направлениям работы на кафедрах физической культуры ВУЗов.

Материалы предназначены для специалистов в области физической культуры и спорта, студентов и аспирантов профильных учебных заведений.

ISBN 978-5-91940-459-0

© Коллектив авторов, 2012

СИСТЕМАТИЗАЦИЯ ЦЕННОСТЕЙ ТЕЛЕСНОСТИ И ВЗАИМОСВЯЗЬ ТЕЛА С ОБЪЕКТАМИ КУЛЬТУРЫ И ПРОЦЕССОМ ВОСПИТАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ

Яковлев А.Н., Маринич В.В.

УО "Полесский государственный университет", г. Пинск, Беларусь

Актуальность темы исследования. В условиях современного общества становится очевидной несостоятельность исследования, когда в русле философской антропологии, постмодернизма, герменевтики с одной стороны, а с другой стороны, – естественнонаучные открытия, исследования в области культуры и искусства, "обходят" стороной физическую культуру, которая практически "включена" в сферу искусства через отдельные спортивные практики (фигурное катание, гимнастика, синхронное плавание, прыжки в воду, игровые виды спорта и др.) [1, 2, 4, 7, 8].

Методологические обоснования современной теории и методики физической культуры, опираясь на концепты сущностных характеристик физической культуры сегодня, вышли за рамки знаний, умений и навыков, не могут в должной степени трактовать проблему телесности. Разработанность методологических основ теории и методики физического воспитания не позволяет по-новому взглянуть на данную тему. Как правило, это восприятие неосознанно и проявляется в чувстве определенной ограниченности от окружающей среды [2, 4, 8].

Спортивный аспект исследования спортивной деятельности представлен работами В.М. Выдриной, С.С. Гурвича, Л.В. Жарова, Н.В. Кудрявцевой, Л.И. Лубышевой, Г.Г. Наталова, Ю.В. Николаева, Ю.М. Николаева, Н.А. Пономарева, Н.И. Пономарева, В.А. Пономарчука, Ю.П. Сегала, П.С. Стеновой, В.И. Столярова, И.Г. Тышковой, Ю.А. Фомина и др.

При постановке проблемы телесности и определения перспектив ее исследования в физкультурно-спортивной деятельности при оценке значимости применяемых базовых видов спорта в системе физического воспитания необходимо опираться на работы философов XX века, в которых проводится последовательное

различение понятий "тело" ("Körper") и "плоть" ("Leib"), "тело" и "телесность" [2, 8].

Физическая культура как часть общей культуры давно вышла за пределы физкультурных и спортивных практик, процесс "спортизации" стремительно стирает границы между физической культурой и спортом, техногенная цивилизация не мыслит сегодня свое существование без спорта высших достижений, который стал современной религией человечества или второй религией [4, 8].

Так, лучшие достижения стран-лидеров в спорте по итогам Олимпийских игр, возможны в условиях системного применения современных технологий в педагогической и учебно-тренировочной деятельности, которые отражают степень разработанности и внедрения в практику телесно-ориентированных упражнений, избирательно влияющих на слабые или "проблемные" участки тела (позвоночник), когда все резервы уже использованы полностью. В условиях жесткой конкуренции стран за мировое лидерство в спорте продолжается поиск не выявленных резервов организма человека.

По нашему мнению, в пространстве физкультурно-спортивной деятельности необходимо вести поиск морфологических и генетических маркеров (генотипирование полиморфизмов генов, значимых в физкультурно-спортивной деятельности). Все это определяет актуальность темы исследования: "Базовые телесно-ориентированные упражнения как инструментальная основа оздоровительных технологий физкультурно-спортивной деятельности". Одни из направлений в исследовании является систематизация ценностей телесности и взаимосвязь тела с объектами культуры и процессом воспитания физической культуры личности в пространстве социальных институтов.

Объект исследования. Педагогический процесс в социальных институтах и пути формирования современных представлений о "теле" и "телесности" человека в социокультурном пространстве общества (на примере физкультурно-спортивной деятельности).

Предмет исследования. Педагогические условия воспитания физической культуры личности в системе многоуровневого образования средствами базовых видов физкультурно-спортивной деятельности.

Цель научного исследования. Эффективность педагогических технологий в процессе «спортизации» различных групп населения, применяемых на практике здоровьесберегающих технологий в социальных институтах.

Задачи: 1. Изучить сущностные характеристики физической культуры. 2. Провести скрининговое психофизиологическое и психологическое обследование и выделить из различных групп населения, занимающихся физкультурно-спортивной деятельностью контингенты с высоким потенциалом по результатам основных диагностических алгоритмов. 3. Разработать направления коррекции по применению дифференцированной методики развития специальных физических качеств, характерных для циклических видов спорта с учетом данных генетической, психофизиологической и психологической диагностики. 4. Разработать методику внедрения в систему физического воспитания модели формирования телесно-двигательных характеристик, с преимущественным применением телесно-ориентированных упражнений как инструментальной основы оздоровительных технологий в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью. 5. Изучить механизмы соматической социализации и развитие ценностей, связанных с "окультуриванием" и телесным бытием человека в социокультурной практике, отражающей процессы "спортизации".

Методы исследования: анализ научно-методической литературы по теме исследования; анкетирование; педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, морфо-функциональная и психологическая диагностика, статистическая обработка результатов исследований и др.

Степень разработанности проблемы. Актуализация интереса к исследованию телесности человека происходит в начале XX века, современные представления о различных аспектах телесности человека отражены в трудах ученых С.Л.Бутиной-Шабаль, И.М.Быховской, Л. П.Киященко, В.Л.Круткина, В.Мерлин, В.А.Подороги, О.С.Суворовой, П.Д.Тищенко, Г.Л.Тулчинского, А. Ш.Тхостова, М. Н.Эпштейн и др.

Современная концепция воспитания физической культуры личности в значительной степени расширяет область исследования. Научные труды И.М.Быховской, В.И. Столярова, Л.И. Лубышевой,

В.К. Бальсевича, А.Г. Егорова раскрывают научно-методическую основу для заявленных нами исследований,

Научная новизна исследования. На основе систематического анализа представлений о "теле" и "телесности" раскрыт характер влияния состояния сознания субъекта на постижение форм проявления собственной телесности; в контексте анализа проблемы телесности выявлены стороны выразительных форм телесных репрезентаций в физкультурно-спортивной деятельности; восприятие и переживания телесных ощущений и состояний человека в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью осуществляются через "соматическое – психическое"; с изменением состояний тела трансформируется воспринимающее его сознание; измененный характер восприятия тела вызывает искажение форм телесных репрезентаций.

Теоретическая значимость исследования. Результаты исследования проблемы единства телесного и духовного в человеке, при анализе сущностных характеристик физической культуры могут применяться при анализе единства когнитивного и ценностного в познавательной деятельности человека, а также при разработке проблем теории и методики физического воспитания, спортивной психологии.

Практическая значимость исследования. Материалы исследования могут применяться в учебном процессе при чтении курсов теории спорта, теории и методики физического воспитания.

Результаты исследований и их обсуждение. В процессе исследования была разработана технология интегральной оценки и контроля знаний, умений и навыков учащихся и студентов г.Смоленска, включающая следующие критерии: физическое развитие (ФР), физическую подготовленность (ФП), функциональную готовность (ФГ), частоту ОРЗ и теоретические знания (ТЗ)[8].

Предпринятое комплексное исследование направлено на изучение особенностей чувственного восприятия человеком собственного тела, на основе природы экспрессивности телесно-двигательных характеристик для творческого самовыражения человека в условиях установления социального порядка в цивилизации [2, 8].

Существуют различные подходы к получению данной оценки, например можно измерять степень отклонения различных структурно-функциональных характеристик организма от нормы, оценивать степень их утомления и восстановления или износа. Вместе с тем, для разных органов и систем организма типичным является разновременное начало, разная степень выраженности и разнонаправленность этих изменений (обычно как результат развития компенсаторных процессов). Зачастую выявляется выраженное индивидуальное и видовое различие этих изменений. К настоящему времени, к сожалению, не имеется сравнительного анализа наборов биохимических показателей по каким-либо критериям качества. Пока что не удастся однозначно ответить на вопрос, какое же число показателей оптимально для определения степени физической нагрузки (ФН) и утомляемости. Ясно, однако, что увеличение числа показателей более 10-15 мало, что дает в отношении точности определения ФН. Небольшое число показателей (3-4) не позволяет дифференцировать типы и профиль ответа организма на ФН [8].

Генетическая диагностика может проводиться по комплексу генов, оказывающих существенное влияние на выяснение индивидуальной генетической предрасположенности. Генетические маркеры, ассоциированные с выносливостью: ACE (AluI/D) EPAS1 (rs1867785 A/G) GNB3 (C825T(Ser275Ser)rs5443)), HFE (His63Asp(rs179945 C/G)), NFATC4 (Gly160Ala(rs2229309 G/C)), NOS3 (Glu298Asp(rs1799983 G/T)), PPARA (rs4253778 G/C), PPARGC1A (Gly482Ser(rs8192678 G/A)), PPARGC1B (Ala203Pro(rs7732671 G/C)), TFAM (Ser12Thr(rs1937 G/C)), VEGFR2 (His472Gln(rs1870377 T/A)), ADRB2 (Gln27Glu (rs1042714)), ADRB3 Trp64Arg (rs4994).

Генетические маркеры, ассоциированные с быстротой и силой: ACE (AluI/D), ACTN3 (Arg577Ter(rs1815739 C/T)), PPARA (rs4253778 G/C), PPARG (Pro12Ala(rs1801282 C/G)).

Генетические маркеры, характеризующие состояние опорно-двигательного аппарата: ген метаболизма кальция и минерального обмена VDR (TaqI T/t (rs731236 C/T)); ген минеральной плотности костной ткани CNTF (0 mutation A/G (rs1800169)).

Психодиагностика типа темперамента, оценка экстра-интраверсии, нейротизма, эмоциональной возбудимости, акцентуаций характера, стрессоустойчивости проводилась по опроснику Айзенка (MPI, EPQ), Леонгарда, Смишека.

Выявлен спектр биохимических маркеров, позволяющих оценить влияние ФН на организм в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью [8].

Один из векторов исследовательской деятельности направлен на изучение влияния комплексов телесно-ориентированных упражнений как инструментальной основы оздоровительных технологий на "проблемные" звенья тела.

В этой связи раскрывается содержание телесно-двигательных характеристик, сформированных в процессе занятий физкультурно-спортивной деятельностью, что свидетельствуют о целостной природе движения.

Теория и методика физического воспитания, социология спорта, социальная философия, вышли далеко за рамки принятых представлений и сегодня научная мысль направлена на поиск интегративного, систематического описания физкультурно-спортивной деятельности, которая определяется тем, что результативность оценивается с учетом тех олимпийских идеалов и ценностей, которые сформулировал основатель современного олимпийского движения Пьер де Кубертен, у которой полноценно и пропорционально развиты как телесные (физические), так и духовные (нравственно-эстетические) качества[4, 8].

Нельзя понять смысла дегуманизации спорта вне контекста дегуманизации искусства, культуры, противоречий постиндустриального общества. Поэтому олимпийское движение как философия спорта без целого спектра метафизических оправданий не может быть реализовано, интенциональное поле олимпийского сознания широко, его содержание включает в себя различные типы и варианты рефлексивных структур дискурса[2, 4, 5].

Выводы. Новая постановка проблемы перед физическим воспитанием согласуется с концепцией систематизации ценностей телесности и взаимосвязью тела человека с объектами культуры и

процессом воспитания физической культуры личности: естественные науки ”жесткие“ против социальных ”мягких“ наук; фундаментальные исследования против прикладных исследований; консервативный стиль жизни против либерального; синтетический характер научных исследований по проблеме телесности в спортивных науках [2, 4].

Анализ телесности как социокультурного феномена, факторов ее модификаций, а также особенностей восприятия, оценки, использования предполагает изучение следующих проблемных блоков: объективные воздействия на телесность человека; образ ”человека телесного“ в структуре обыденных представлений и специализированного знания; соматическая социализация и инкультурация как целенаправленный процесс трансляции, освоения и развития ценностей, знаний и навыков, связанных с телесным бытием человека; факторы соматической социализации, их изменений в динамике общества; агенты и механизмы соматической социализации; особенности соматической инкультурации в различных культурных и субкультурных пространствах; деятельно-практическое отношение к телесно-двигательным характеристикам как актуализация содержания, смысла, направленности соматических представлений и ориентаций, их объективация.

Ценностные ориентации направлены на постижение образа тела, непосредственно данного в ощущениях, которые формируются через ”иллюзорность“.

Результаты проведенного исследования свидетельствуют о том, что изучение и применение дифференцированной методики, направленной на системное применение комплексов телесно-ориентированных упражнений способствует: достижению учащимися экспериментальных групп достаточного уровня знаний об особенностях собственного организма и методических основах самостоятельной тренировки - 75-80 % испытуемых; появлению и проявлению полноценной самостоятельной физкультурно-спортивной деятельности у 70% испытуемых экспериментальной группы во внеучебное время и 90%- в учебных занятиях по физическому воспитанию; заметному приросту в уровне развития двигательных функций у искомым экспериментальных групп в каждой возрастно-половой выборке достоверное улучшение

обнаружено в большинстве показателей. Объективные оценки, характеризующие положительное отношение к физической активности во внеурочное время за период эксперимента изменились с 2-х до 4-5 часов в неделю. В контрольной группе перечисленные параметры изменились несущественно.

Список литературы:

1. Бальсевич, В.К. Перспективы модернизации современных образовательных систем физического воспитания на основе интеграции национальной физической и спортивной культуры / В.К. Бальсевич. - М.: РГАФК, 2002. - 30 с.
2. Быховская, И.М. "Быть телом - иметь тело - творить тело": три уровня бытия "хомо соматис" и проблемы физической культуры / И.М. Быховская // Теория и практика физической культуры, 1993.- № 7.- С.2-6.
3. Виноградова Л.В. Заболеваемость студентов физкультурного вуза в процессе обучения. Здоровье для всех: материалы 2 межд. Научн. Практ. Конф. , УО "ПолесГУ", г.Пинск, 2-22 мая 2010г./ Национальный банк республики Беларусь [и др.]; редкол.: Кю.К. Шебеко [и др.].-Пинск: ПолесГУ, 2010.- С.30-32.
4. Столяров, В.И. Хрестоматия по социологии физической культуры и спорта /Сост. В.И.Столяров, Н.Н.Чесноков, Е.В.Стопникова. - М.: Физическая культура, 2005.- Ч. 1.- 448с; Ч.2. - 448с.
5. Никитин, В. Н. Онтология телесности: смыслы, парадоксы, абсурд /В.Н.Никитин. – М.: Когито-Центр, 2006. – 320 с.
6. Тимошенко, М.А. Реконструкция тела человека и стратегии его развития в городском пространстве постантропологической эпохи [Текст] / М.А. Тимошенко // Культурное многообразие: от прошлого к будущему: сб. материалов Второго Российского культурологического конгресса. – СПб : Эйдос, Астерион, 2008.- С. 534.
7. Шелекета, В. О. Проблемы и перспективы развития науки, культуры и общества в контексте интеграции культурных дискурсов / А.С.Калинин, С.И.Копылов, В.О.Шелекета // Наука и эпоха: монография / [О. Ю.Астахова, А.К. Байменова, А.

А.Брысина]; под общей ред. проф. О. И. Кирикова. – Книга 4. – Воронеж: ВГПУ, 2011. – С. 118–127.

8. Яковлев, А.Н. Научно-методические основы физической культуры и спорта в образовательном пространстве высшей школы в контексте новых представлений о спорте как мировой религии нашего времени / А.Н. Яковлев //Монография: - Смоленск: Филиал ФГОУВПО "РГУТиС", 2009. - 368с.

Оглавление

ПЛЕНАРНЫЕ ДОКЛАДЫ.....3

ТРЕБОВАНИЯ К ПРЕПОДАВАТЕЛЮ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
И СПОРТА В УСЛОВИЯХ БЛОЧНО-МОДУЛЬНОЙ И БАЛЛЬНО-
РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ СО
СТУДЕНТАМИ СПБГУ

Хуббиев Ш.З., Намозова С.Ш..... 3

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПСИХОСОМАТИЧЕСКОЙ
ГАРМОНИЗАЦИИ СТУДЕНТОВ ВУЗА

Жирков А. М. 14

УСИЛЕНИЕ КЛУБНОЙ РАБОТЫ – СТРАТЕГИЧЕСКИЙ ПУТЬ
РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА

Григорьев В.И..... 19

СЕКЦИЯ 1. ИННОВАЦИОННЫЕ ПОДХОДЫ В ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ВУЗЕ27

ПУТИ РЕАЛИЗАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОЦЕССА
РАЗДЕЛА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» ФГОС ВПО 3
ПОКОЛЕНИЯ В УНИВЕРСИТЕТСКОМ ОБРАЗОВАНИИ

Леонтьук А.М., Леонтьук Т.Б..... 27

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОК, ПОСТУПИВШИХ
НА 1 КУРС МАТЕМАТИКО-МЕХАНИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА
СПБГУ В 2011 ГОДУ

Иголкина В.В., Тебелева И.Г., Ясиницкий И.В..... 40

ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ,
КАК ВАЖНАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ ИННОВАЦИОННОГО
ПОДХОДА В ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

Новикова Н.Т., Коваль Т.Е., Черкасова И.Б. 45

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
НА ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЕ РАЗВИТИЕ

Ш.З. Хуббиев 51

ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ В СПБГУ

Незнамова Т.Л., Кузнецова Н.Л. 57

МЕТОДЫ КОРРЕКЦИИ ПСИХОФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ

Сырвачева И.С., Тебелева И.Г., Иголкина В.В. 62

ОСНОВЫ СОСТАВЛЕНИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ

Минвалеев Р.С., Гордеев Ю.В. 73

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРЕОДОЛЕНИЯ
КРИТИЧЕСКИХ СИТУАЦИЙ В СПОРТЕ

Андреев Вл. В., Андреев Вит.В. 79

ИННОВАЦИОННАЯ КОНЦЕПЦИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Когтев Р.Н., Полякова Е.Р., Кузнецова Н.Л. 86

О ФОРМИРОВАНИИ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА БАЗЕ МЕТОДИК
СОВРЕМЕННОГО ФИТНЕСС-ТРЕНИНГА

Сенюшкина М.П., Розанова Л.С. 97

ПОИСК НОВЫХ ФОРМ, СРЕДСТВ И МЕТОДОВ ОРГАНИЗАЦИИ
ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В СПБГУ (НА
ПРИМЕРЕ ОТДЕЛЕНИЯ ЕДИНОБОРСТВ)

Семененко М.А. 105

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО
КАЧЕСТВА ГИБКОСТИ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ
ЛЁГКОЙ АТЛЕТИКОЙ

Сидоренко А.С. Чернова Л.В. 111

ИНФОРМАЦИОННО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ СИСТЕМА ОЦЕНКИ
КАЧЕСТВА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО
ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Сырвачева И.С. 116

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЙ ПОДХОД К ПРОБЛЕМЕ
ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ВУЗА

В.М. Башкин, А.А. Кабанов 123

ОПЫТ СОЗДАНИЯ УЧЕБНИКА «ПЕДАГОГИКА ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ» НА КАФЕДРЕ ПЕДАГОГИКИ НАЦИОНАЛЬНОГО
ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ЗДОРОВЬЯ ИМ. П. Ф. ЛЕСГАФТА,
САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

Бекасова С. Н. 131

АНТРОПОЛОГИЯ СПОРТА КАК АЛЬТЕРНАТИВА КУРСУ
ИСТОРИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Полякова Е.Р. 139

РАЗРАБОТКА ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ ОЦЕНКИ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ПРИ
ПОСТУПЛЕНИИ НА ФАКУЛЬТЕТ ВОЕННОГО ОБУЧЕНИЯ ПРИ
СПбГУ

Малевич А.В., Поципун А.А., Гомзюленко Е.Н. 145

ПРОПЕДЕВТИЧЕСКИЕ КУРСЫ КАК СРЕДСТВО ПОВЫШЕНИЯ
ЭФФЕКТИВНОСТИ КАЧЕСТВА УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА ПО
ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Гусельникова Е.В., Стогова Е.А. 148

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ЦЕННОСТЬ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ
АКТИВНОГО ОТДЫХА

<i>Драгун Я.В., Прокопьева Г.А.</i>	153
ДИСЦИПЛИНА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ЭТИКО-АКСИОЛОГИЧЕСКОГО КОМПОНЕНТА ОБЩЕГУМАНИТАРНОГО БАЗИСА ОБРАЗОВАНИЯ	
<i>Елканова Т.М., Варзиев С.Х.</i>	157
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ НА ФАКУЛЬТЕТЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ	
<i>Звездина А.О., Митенев А.В.</i>	163
БЛОЧНО-МОДУЛЬНЫЙ ПОДХОД В ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ ГОРНОГО УНИВЕРСИТЕТА	
<i>Зиновьев Н.А.</i>	166
РЕЙТИНГОВАЯ ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ И ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	
<i>Карюк А.С., Шарова Л.А., Гладенкова В.П.</i>	171
НЕОБХОДИМОСТЬ ИННОВАЦИОННОГО ПОДХОДА К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ СО СТУДЕНТАМИ НА ОСНОВЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СКИППИНГА	
<i>Корнева М.А.</i>	178
ДЛИТЕЛЬНОСТЬ ОБУЧЕНИЯ СТУДЕНТОВ ПО ПРОГРАММЕ ПРАКТИКУМА НА ОСНОВЕ ГИМНАСТИКИ ЦИГУН КАК ФАКТОР УСПЕШНОСТИ ИХ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	
<i>Крамида И. Е.</i>	183
АУДИТОРНЫЕ ЗАНЯТИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПРАКТИКУМА КАК ФАКТОР ОСЛАБЛЕНИЯ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕКУ СТУДЕНТОВ	
<i>Крамида И.Е., Щербакова В. В.</i>	191
АДАПТАЦИЯ СПОРТСМЕНОВ К СОРЕВНОВАНИЯМ И ВОЗМОЖНОСТИ ЕЕ УСКОРЕНИЯ	
<i>Кузьмин М.А.</i>	197

**ФИТНЕС КАК ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ И СФЕРА
СОЦИАЛИЗАЦИИ МОЛОДЕЖИ**

Лаврухина Г.М...... 202

**ИННОВАЦИОННАЯ ТЕХНОЛОГИЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ
ТЕХНИКИ ВЫПОЛНЕНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ С
МЯЧОМ В БАСКЕТБОЛЕ У СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Павлюк Н.Б., Правдов М.А., Правдов Д.М., Корнев А.В...... 210

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ – КАК
СРЕДСТВО ПРЕОДОЛЕНИЯ КРИТИЧЕСКИХ СИТУАЦИЙ В
СПОРТЕ**

Сытник Г.В. 215

**СУСТАВНАЯ ГИМНАСТИКА, КАК ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ
ПОТЕНЦИАЛ К РАБОТЕ И ОТДЫХУ**

Ж.Е. Фирилёва..... 221

**ИЗМЕНЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ 228
СТУДЕНТОК В ПРОЦЕССЕ ЗАНЯТИЙ ТАНЦЕВАЛЬНОЙ
АЭРОБИКОЙ**

Розанова Л.С., Розанова О.И., Сенюшкина М.П. 228

**СЕКЦИЯ 2. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ
ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И
СПОРТА 236**

**НАУЧНЫЙ ПОДХОД К ФОРМИРОВАНИЮ
САМОСОХРАНИТЕЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ СПБГУ**

Федоткина С.А., Намозова С.Ш., Шадрин Л.В., Жирков А.М...... 236

**ЙОГА ТУММО ИЗМЕНЯЕТ ПАТТЕРН СЕРДЕЧНО-
СОСУДИСТОЙ АДАПТАЦИИ К ХОЛОДУ**

Минвалеев Р.С., Levitov A., Bahner D., Богданов Р.Р., Богданов А.Р. 244

ХОЛОДО-ГИПОКСИ-ГИПЕРКАПНИЧЕСКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ: ТЕХНОЛОГИЯ КОРРЕКЦИИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И ПОВЫШЕНИЯ АДАПТАЦИОННЫХ РЕЗЕРВОВ ОРГАНИЗМА К НЕБЛАГОПРИЯТНЫМ ФАКТОРАМ СРЕДЫ <i>Баранова Т.И.</i>	250
БИОХИМИЧЕСКИЕ И ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ОТСТАВЛЕННЫХ МЫШЕЧНЫХ БОЛЕЙ <i>Минигалин А.Д.</i>	256
ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ИЗМЕНЕНИЯ НЕСПЕЦИФИЧЕСКОЙ АДАПТОСПОСОБНОСТИ ОРГАНИЗМА У СПОРТСМЕНОВ ПЛОВЦОВ РАЗНОГО ПОЛА ПРИ ДЛИТЕЛЬНЫХ ПЕРЕЛЁТАХ С ВОСТОКА НА ЗАПАД <i>Апокин В.В. Повзун А.А. Иванчиков И.Г.</i>	259
ПРОБЛЕМА ВЕГЕТАТИВНОЙ РЕГУЛЯЦИИ СЕРДЕЧНОГО РИТМА У СПОРТСМЕНОВ В ПРЕДСТАРТОВОМ СОСТОЯНИИ <i>Белова Е.Л.</i>	266
СИСТЕМАТИЗАЦИЯ ЦЕННОСТЕЙ ТЕЛЕСНОСТИ И ВЗАИМОСВЯЗЬ ТЕЛА С ОБЪЕКТАМИ КУЛЬТУРЫ И ПРОЦЕССОМ ВОСПИТАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ <i>Яковлев А.Н., Маринич В.В.</i>	273
ДИНАМИКА ПСИХОМОТОРНОГО РАЗВИТИЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ С ПЕРИНАТАЛЬНОЙ ПАТОЛОГИЕЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ <i>Воробушкова М.В., Правдов Д.М, Корнев А.В.</i>	281
ТРЕНИРОВКА К ГИПОКСИИ-ГИПЕРКАПНИИ КАК СПОСОБ ФОРМИРОВАНИЯ АНАЭРОБНОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ <i>Заходякина К.Ю., Иванов А.О., Мазур М.В., Баранов А.В., Лобозова О.В.</i>	288

ДИНАМИЧЕСКАЯ ЭКСПРЕСС-ОЦЕНКА УРОВНЯ
ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ РЕЗЕРВОВ ОРГАНИЗМА СПОРТСМЕНОВ-
СТАЙЕРОВ

*Иванов А.О., Заходякина К.Ю., Лобозова О.В., Баранов А.В.,
Бородин А.В.* 292

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ СЕРДЕЧНО-
СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ
МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП ПО КАРДИО-ГИПОКСИЧЕСКОМУ
ПОКАЗАТЕЛЮ

*Милодан В.А., Власова Г.Г., Никитенко Н.И., Цветкова О.П.,
Данилова С.С.* 296

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ И
АДАПТАЦИОННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ОРГАНИЗМА

*Проходовская Р.Ф., Плотникова И.И., Проходовский Р.Я.,
Перцева Т.Г.* 299

ГЕНЕТИЧЕСКАЯ ДЕТЕРМИНИРОВАННОСТЬ
ИММУНОЛОГИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И ИХ РОЛЬ ПРИ
СПОРТИВНОМ ОТБОРЕ

Сафарова Д.Д., Гулямов Н.Г., Таджиева Н.Ж. 306

СОМАТОТИПЫ СПОРТСМЕНОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ В
СИЛОВЫХ ВИДАХ СПОРТА

Сафарова Д.Д., Мусаева У.А., Исмаилова М.Ш. 312

ХОЛОДО-ГИПОКСИ-ГИПЕРКАПНИЧЕСКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ
КАК СПОСОБ ОЗДОРОВЛЕНИЯ СТУДЕНТОВ СПБГУ

Сюй Сыцзын, Е. Корф 318

ВЛИЯНИЕ НЕЙРОБИОУПРАВЛЕНИЯ НА
ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ СПОРТСМЕНОВ С
РАЗЛИЧНЫМ ВЕГЕТАТИВНЫМ ОБЕСПЕЧЕНИЕМ РИТМА
СЕРДЦА

Лунина Н.В. 323

СЕКЦИЯ 3. СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТ. ОПЫТ, ПРОБЛЕМЫ, ОРГАНИЗАЦИЯ..... 329

СПОРТИВНЫЕ КЛУБЫ В ВУЗАХ: В ОЖИДАНИИ РЕФОРМ

Напреенков А.А. 329

СТАТИСТИЧЕСКАЯ ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ СПАРТАКИАД
СПБГУ С 2003 ПО 2012 ГОД

Малевич А.В., Поципун А.А., Сальникова А.И. 332

ВОЗМОЖНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ
ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ СТУДЕНТОВ НА
ОСНОВЕ ЗНАНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОГО ЗНАЧЕНИЯ
АНАЭРОБНОГО ПОРОГА

А.А.Ширинян, И.А.Ломова 343

СПОРТИВНЫЙ КЛУБ КАК ОСНОВА РАЗВИТИЯ
СТУДЕНЧЕСКОГО СПОРТА В СПБГУ

Заря А.И. 353

АЛЬПИНИСТСКИЙ КЛУБ «БАРС» САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОГО
УНИВЕРСИТЕТА: ПРОШЛОЕ, НАСТОЯЩЕЕ, БУДУЩЕЕ

Семилеткин С.А. 359

РАЗВИТИЕ СПОРТИВНОЙ АЭРОБИКИ В САНКТ-
ПЕТЕРБУРГСКОМ ГОСУДАРСТВЕННОМ УНИВЕРСИТЕТЕ

Лукина С.М., Пушкина О.В., Саар М.С. 363

ПОИСК ВЗАИМОСВЯЗИ МЕЖДУ ПОЗИТИВНОЙ
АГРЕССИВНОСТЬЮ И ТЕХНИЧЕСКИМИ ДЕЙСТВИЯМИ В
СХВАТКАХ БОРЦОВ

Матвеев Д.А. 370

ПРЕИМУЩЕСТВА ПОДГОТОВКИ ЛЫЖНИКА
ОРИЕНТИРОВЩИКА В УСЛОВИЯХ ВУЗА

Коваленко Н.Д., Ломова И.А. 378

РАЗВИТИЕ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ И ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЗАЩИТНЫХ ДЕЙСТВИЙ У БАСКЕТБОЛИСТОК СТУДЕНЧЕСКОЙ КОМАНДЫ <i>Долотцев П.А., Шевцова Е.В.</i>	382
ПРЕДПОЧТЕНИЯ СТУДЕНТОК В ВЫБОРЕ ВИДА СПОРТА И ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ <i>Ермакова Ю.Н., Осокина Е.А., Зеленов С.А.</i>	390
ВЛИЯНИЕ СТИЛЯ РУКОВОДСТВА ТРЕНЕРСКИМ СОСТАВОМ СБОРНЫХ КОМАНД ВУЗОВ НА ВЗАИМООТНОШЕНИЯ СО СПОРТСМЕНАМИ И РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ИХ ВЫСТУПЛЕНИЯ <i>Луценко С. А.</i>	394
РЕГУЛЯЦИИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СПОРТСМЕНОВ АУДИОСРЕДСТВАМИ <i>Пантина О.О.</i>	401
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ ВЫПУСКНИКОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ИХ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ <i>Суханова Д.Е.</i>	405
ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ УДОВОЛЬСТВИЕ КАК ОСНОВНОЙ МОТИВ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ <i>Шильникова Л.С.</i>	411
НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У ФУТБОЛИСТОВ <i>Эльмурзаев М.А.</i>	416



Материалы научно-практической конференции

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В
СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ»**

Издательство «Перо»
109052, Москва, Нижегородская ул., д. 29-33, стр. 27, ком. 105
Тел.: (495) 973-72-28, 665-34-36
Подписано в печать 23.11.2012. Формат 60×90/16.
Бумага офсетная. Усл. печ. л. 26,81 . Тираж 500 экз.
Заказ № 205. Отпечатано в ООО «Издательство «Перо»